

غذائی احکامات اور نبوی اصولِ صحت: مسند الحمیدی کی منتخب احادیث کا ایک تنقیدی اور تجزیاتی مطالعہ

**Dietary Commandments and Prophetic Healthcare Principles: A Critical and Analytical Study of Selected Hadiths from Musnad al-Humaydi**

**Muhammad Farhan Ur Rehman**

Ph.D. Research Scholar, Institute of Islamic studies and Shariah MY  
University Islamabad, Pakistan

Email: [farhanrehmanmuhammad@gmail.com](mailto:farhanrehmanmuhammad@gmail.com)

**Dr. Najam Ud Din Kokab Hashmi**

Assistant Professor, Institute of Islamic studies and Shariah, MY  
University Islamabad, Pakistan

Email: [najmuddin@myu.edu.pk](mailto:najmuddin@myu.edu.pk)

**Abstract**

This paper explores the dietary guidelines and healthcare principles found in the prophetic traditions of Musnad al Humaydi. By examining ten specific Hadiths, the study looks closely at both their chains of narration and their actual text to determine their reliability. The selected traditions cover various aspects of daily food and nutrition in Islam, including the lawfulness of eating different types of meat such as mutton shoulder, rabbit, horse, and chicken as well as the Prophet preference for simple foods like pumpkin, dates, and Sawiq. Additionally, the research touches upon the medicinal benefits highlighted in Prophetic medicine, specifically focusing on black seed, mushrooms, and Ajwa dates. Using traditional Hadith sciences, the study analyzes the credibility of great scholars like Sufyan bin Uyaynah and Imam Malik, while also contextualizing debated narrators through supporting chains. Beyond just checking the authenticity, this study provides a detailed commentary to explain the legal rulings and the holistic health wisdom behind these foods. Ultimately, this research connects traditional Hadith science with a practical understanding of nutrition, offering a clear and well-rounded perspective on Islamic dietary laws and well-being. It aims to bridge classical scholarship with contemporary views on healthy living, showing how these spiritual and physical guidelines remain relevant for modern readers seeking a balanced lifestyle rooted in Islamic tradition. Through this dual approach of textual evaluation and thematic interpretation, the paper provides a complete framework for understanding how prophetic food choices serve as both religious guidance and timeless principles for human wellness.

**Keywords:** Musnad al Humaydi, Prophetic Medicine, Dietary Jurisprudence, Hadith Analysis, Islamic Nutrition, Transmitters Evaluation.



اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات ہے جو نہ صرف انسان کی روحانی تربیت کرتا ہے بلکہ اس کی مادی اور جسمانی صحت کے تحفظ کے لیے بھی جامع اصول فراہم کرتا ہے۔ انسانی زندگی اور صحت کا دار و مدار بنیادی طور پر غذا پر ہے، یہی وجہ ہے کہ شریعت اسلامیہ میں حلال و حرام کے احکامات کے ساتھ ساتھ پاکیزہ اور متوازن غذا کے استعمال پر بہت زور دیا گیا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کے ارشادات، پسندیدہ مآکولات اور کھانے پینے کا طریقہ محض اتفاقی عادات نہیں بلکہ رہتی دنیا تک کے انسانوں کے لیے صحت عامہ اور غذائیت کے بہترین اصول ہیں۔ علم حدیث کے ذخیرے میں ائمہ کرام نے ان مرویات کو نہایت احتیاط اور ذمہ داری کے ساتھ محفوظ کیا ہے، جن میں امام الحمیدی کی مایہ ناز تصنیف "مسند الحمیدی" کو ایک منفرد اور اعلیٰ مقام حاصل ہے۔

زیر نظر مقالے میں مسند الحمیدی میں مذکور خوراک، نبوی طرزِ زندگی اور طبِ نبوی سے متعلق دس اہم اور منتخب احادیث کا تحقیقی، استنادی اور تشریحی جائزہ پیش کیا گیا ہے۔ اس تحقیق کا بنیادی مقصد جہاں ایک طرف ان احادیث کی اسناد کو علم جرح و تعدیل کے کڑے اصولوں پر پرکھنا ہے، وہاں دوسری طرف ان متون کی فقہی اور سائنسی تشریح کے ذریعے یہ واضح کرنا ہے کہ اسلام کا تصور صحت کتنا جامع ہے۔ مقالے میں مختلف گوشت اور پرندوں کی اباحت، سادگی کے مظاہر جیسے کدو اور ستو، اور شفا بخش نباتات جیسے کلونجی، عجوہ کھجور اور کھمبی کے احکامات کو زیرِ بحث لایا گیا ہے۔ یہ علمی کاوش روایتی علوم حدیث کو دورِ حاضر کے غذائی شعور سے جوڑنے کی ایک مخلصانہ کوشش ہے تاکہ نبوی اصولِ صحت کی آفاقیت کو واضح کیا جاسکے۔

### بکری کے شانے کا گوشت

922 - قَالَ سَفِيَانُ: وَحَدَّثَنَا الزُّهْرِيُّ: أَخْبَرَنِي عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ، عَنْ أَبِيهِ، وَجَعْفَرُ بْنُ عَمْرٍو  
بْنِ أُمَيَّةَ الصَّمْرِيِّ، عَنْ أَبِيهِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اخْتَرَّ كَتِفَ شَاةٍ فَأَكَلَ مِنْهَا، ثُمَّ قَامَ إِلَى  
الصَّلَاةِ، فَصَلَّى وَلَمْ يَتَوَضَّأْ<sup>1</sup>

جعفر بن عمرو بن امیہ صمری اپنے والد سے روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے بکری کے شانے کا گوشت کانا اور اسے کھایا، پھر نماز کے لیے کھڑے ہوئے، نماز ادا فرمائی اور اس سے پہلے نیا وضو نہیں کیا۔

### سند کی تحقیق:

حدیث کے تمام راوی ثقہ ہیں۔ جن کا تحقیقی تجزیہ پیش کیا جاتا ہے۔

### 1 سفیان:

سفیان بن عیینہ جلیل القدر محدث، فقیہ اور ائمہ حدیث میں شمار ہوتے ہیں۔ ان کا پورا نام سفیان بن عیینہ بن ابی عمران السدوسی الکوفی المکی ہے۔ آپ اصل میں کوفہ کے رہنے والے تھے مگر بعد میں مکہ مکرمہ میں قیام اختیار کیا اور وہیں حدیث و فقہ کی تدریس کرتے رہے۔ انہوں نے زہری، عمرو بن دینار، ایوب السختیانی اور دیگر بڑے تابعین سے حدیث روایت کی، جبکہ ان سے امام شافعی، احمد بن حنبل، امام حمیدی، علی بن المدینی اور دیگر جلیل القدر محدثین نے روایت نقل کی ہے۔

محدثین نے ان کی ثقاہت اور علمی مقام کو بہت بلند قرار دیا ہے۔ امام احمد بن حنبل فرماتے ہیں:

ما رأيت أحدا أعلم بالحدیث من سفیان بن عیینة<sup>2</sup>

میں نے حدیث کے علم میں سفیان بن عیینہ سے زیادہ عالم کسی کو نہیں دیکھا۔

اسی طرح حافظ ابن حجر عسقلانی لکھتے ہیں:

سفيان بن عيينة الهلالي المكي ثقة حافظ فقيه إمام حجة<sup>3</sup>

سفيان بن عيينة ثقة، حافظ حديث، فقيه اور حجت درجے کے امام ہیں۔

آپ کا شمار مکہ کے بڑے محدثین میں ہوتا ہے اور آپ نے تقریباً 198ھ میں وفات پائی۔

## 2 محمد بن شہاب زہری:

محمد بن شہاب الزہری تابعین کے ممتاز محدثین میں شمار ہوتے ہیں اور علم حدیث کی تدوین کے ابتدائی دور کے نمایاں حفاظ میں ان کا ذکر کیا جاتا ہے۔ آپ کی ولادت تقریباً 50ھ کے قریب مدینہ منورہ میں ہوئی اور آپ نے متعدد صحابہ کرام سے حدیث روایت کی، جن میں انس بن مالک شامل ہیں۔ آپ کی وفات 124ھ کے قریب بیان کی جاتی ہے۔ یحییٰ بن معین نے فرمایا:

الزهري ثقة ثبت، من أوعية العلم وحفاظ الحديث<sup>4</sup>

یعنی زہری ثقہ، ثبت اور علم حدیث کے بڑے حافظوں میں سے تھے۔

اسی طرح امام ذہبی لکھتے ہیں:

كان الإمام الحافظ أحد أعلام التابعين، جمع بين الفقه والحديث<sup>5</sup>

یعنی وہ امام، حافظ اور تابعین کے نمایاں علماء میں سے تھے جنہوں نے فقہ اور حدیث دونوں میں مہارت حاصل کی۔

مزید یہ بھی منقول ہے:

أجمع أهل العلم على توثيقه والاحتجاج بحديثه<sup>6</sup>

یعنی اہل علم کا اتفاق ہے کہ زہری ثقہ اور قابل حجت راوی ہیں۔ مجموعی طور پر محدثین نے انہیں حدیث کے اعلیٰ حفاظ

میں شمار کیا ہے۔

## 3 حضرت علی بن عبد اللہ بن عباس:

علی بن عبد اللہ بن عباس جلیل القدر تابعی، عابد اور زاہد شخصیت ہیں۔ ان کا پورا نام ابو محمد علی بن عبد اللہ بن عباس بن عبد المطلب القرشی البہاشمی ہے۔ آپ کا نسبی تعلق براہ راست خاندان نبوت سے ہے، آپ رسول اللہ ﷺ کے چچا زاد بھائی اور رئیس المفسرین حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما کے سب سے چھوٹے صاحبزادے ہیں۔ آپ کی ولادت اسی مبارک رات ہوئی جس رات سیدنا علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ کی شہادت ہوئی، اسی مناسبت سے آپ کا نام اور کنیت رکھی گئی۔ انہوں نے اپنے والد عبد اللہ بن عباس، اپنے چچا حضرت حسن اور حسین، اور حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہم جیسے جلیل القدر صحابہ سے حدیث روایت کی، جبکہ ان سے ان کے بیٹے محمد بن علی، داؤد بن علی، زہری، سعد بن ابراہیم اور دیگر محدثین نے روایت نقل کی ہے۔

محدثین نے ان کی ثقاہت، کثرت عبادت اور علمی مقام کو بہت بلند قرار دیا ہے۔ وہ اپنے وقت میں "السجاد" (بہت زیادہ سجدے کرنے والا) کے لقب سے مشہور تھے کیونکہ وہ روزانہ ایک ہزار رکعت نفل نماز پڑھا کرتے تھے۔ امام ابن سعد فرماتے ہیں:

وكان ثقة قليلا الحديث وكان عبدا فاضلا<sup>7</sup>

وہ ثقہ تھے، کم الحدیث تھے (یعنی احتیاطاً کم روایات بیان کرتے تھے) اور بہت بڑے عابد و فاضل انسان تھے۔

اسی طرح حافظ ابن حجر عسقلانی ان کے متعلق لکھتے ہیں:

علي بن عبد الله بن عباس بن عبد المطلب الهاشمي، المعروف بالسجاد، ثقة عابد<sup>8</sup>

علی بن عبد اللہ بن عباس ہاشمی، جو سجاد کے نام سے معروف ہیں، ثقہ اور بہت بڑے عابد ہیں۔

آپ قریش کے خوبصورت ترین اور طویل القامت انسانوں میں شمار ہوتے تھے، اور آپ بنو عباس (عباسی سلطنت) کے خلفاء کے دادا ہیں۔ آپ نے تقریباً 118ھ میں وفات پائی۔

### 6 حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ:

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ جلیل القدر صحابی، مفسر قرآن اور فقیہ امت تھے۔ آپ رسول اللہ ﷺ کے چچا حضرت عباس بن عبد المطلب رضی اللہ عنہ کے صاحبزادے تھے، اس نسبت سے آپ حضور ﷺ کے چچا زاد بھائی ہیں۔ آپ کی ولادت مکہ مکرمہ میں ہجرت سے تقریباً تین سال قبل ہوئی۔ کم سنی کے باوجود آپ کو رسول اللہ ﷺ کی صحبت نصیب ہوئی اور آپ نے براہ راست آپ ﷺ سے متعدد احادیث روایت کیں۔

رسول اللہ ﷺ نے آپ کے لیے خصوصی دعا فرمائی:

اللَّهُمَّ فَفِّهْهُ فِي الدِّينِ وَعَلِّمَهُ التَّوْبِيلَ<sup>9</sup>

اے اللہ! اسے دین کی سمجھ عطا فرما اور اسے قرآن کی تاویل سکھا دے۔

اسی دعا کا اثر تھا کہ آپ ”خبر النبی“ (امت کے بڑے عالم) اور ”ترجمان القرآن“ کے لقب سے مشہور ہوئے۔ تفسیر، فقہ اور حدیث میں آپ کا مقام نہایت بلند ہے۔ اکابر صحابہ رضی اللہ عنہم بھی علمی مسائل میں آپ کی طرف رجوع کرتے تھے۔ آپ سے روایت کرنے والوں میں جلیل القدر تابعین شامل ہیں، جیسے مجاہد، عکرمہ، سعید بن جبیر اور طاؤس رحمہم اللہ۔ آپ نے خلافت راشدہ کے دور میں علمی و سیاسی خدمات انجام دیں اور حضرت علی رضی اللہ عنہ کے زمانے میں بصرہ کے گورنر بھی مقرر ہوئے۔ آپ کی وفات 68ھ میں طائف میں ہوئی، اور وہیں آپ مدفون ہیں۔

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ علمی بصیرت، فہم قرآن اور فقہی اجتہاد کے اعتبار سے صحابہ کرام میں نمایاں مقام رکھتے ہیں، اور امت کی علمی روایت میں آپ کی شخصیت بنیادی حیثیت رکھتی ہے۔

### حضرت عباس بن عبد المطلب:

حضرت عباس بن عبد المطلب رضی اللہ عنہ رسول اللہ ﷺ کے سگے چچا، جلیل القدر صحابی اور بنو ہاشم کے معزز ترین بزرگ ہیں۔ ان کا پورا نام ابو الفضل العباس بن عبد المطلب القرشی الهاشمی ہے۔ آپ عمر میں آپ ﷺ سے دو سال بڑے تھے اور فتح مکہ سے قبل مدینہ ہجرت فرمائی۔ انہوں نے رسول اللہ ﷺ سے براہ راست احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے ان کے صاحبزادے حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما اور دیگر نے روایات نقل کی ہیں۔

صحابہ اور محدثین کے ہاں آپ کا مقام نہایت بلند تھا؛ آپ مکہ میں حجاج کو پانی پلانے (سقاہ) کے منصب پر فائز تھے اور قحط کے دنوں میں حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ آپ کے وسیلے سے بارش کی دعا فرمایا کرتے تھے۔ امام ذہبی لکھتے ہیں:

عم رسول الله صلى الله عليه وسلم، وسيد أعمامه<sup>10</sup>

وہ رسول اللہ ﷺ کے چچا اور آپ کے تمام چچاؤں کے سردار تھے۔

حافظ ابن حجر عسقلانی فرماتے ہیں

العباس بن عبد المطلب، عم رسول الله صلى الله عليه وسلم، مناقبه جمة 11

عباس بن عبد المطلب، رسول اللہ ﷺ کے چچا ہیں اور آپ کے مناقب بے شمار ہیں۔

آپ نے عکرمہ اور غزوہ حنین میں آپ ﷺ کا ساتھ دیا اور خلافت عثمانی میں تقریباً 32ھ میں مدینہ منورہ میں وفات پائی اور جنت البقیع میں دفن ہوئے۔

حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند اور متن کے اعتبار سے صحیح ہے اور یہ روایت بعینہم اسی متن کے ساتھ صحیح بخاری 5404 اور صحیح مسلم 355 میں موجود ہے۔

سیرت کا پہلو:

سیرت طیبہ کے پہلو سے اس روایت میں بکری کے شانے کے گوشت کا تذکرہ ایک خاص اہمیت رکھتا ہے، جو آپ ﷺ کے ذوق مبارک اور طبی پسندیدگی کو ظاہر کرتا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کو بکری کے تمام اعضاء میں سے شانے کا گوشت سب سے زیادہ مرغوب تھا، اور آپ ﷺ اکثر اس کا انتخاب فرماتے تھے۔ سیرت نگاروں کے مطابق آپ ﷺ کی اس اختصاصی پسندیدگی کی وجہ یہ تھی کہ شانے کا گوشت ریشے دار، نرم، زود ہضم (جلدی ہضم ہونے والا) اور چربی کی آمیزش سے پاک ہوتا ہے، جو انسانی صحت اور چستی کے لیے بہترین ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ ﷺ نے اپنی روزمرہ زندگی میں ہمیشہ ان چیزوں کو ترجیح دی جو صاف ستھری، ہلکی اور جسم کے لیے مفید ہوں، جو کہ خود نبوی اصول صحت کا ایک بنیادی حصہ ہے۔

اس کے علاوہ، شانے کے گوشت کی یہ اختصاصی رغبت آپ ﷺ کی عاجزی اور سادگی طعام کے اس پہلو کو بھی نمایاں کرتی ہے کہ آپ ﷺ نے کبھی بہت زیادہ تکلفات یا قیمتی ترین غذاؤں کی تلاش کے بجائے ہمیشہ دستیاب اور مفید خوراک پر قناعت فرمائی۔ شانے کا گوشت کاٹ کر تناول فرمانا اور پھر فوراً عبادت الہی میں مشغول ہو جانا یہ بھی ثابت کرتا ہے کہ آپ ﷺ نے طاقتور اور مقوی غذا کا استعمال صرف لذت کے لیے نہیں، بلکہ اللہ کی بندگی اور فرائض کی ادائیگی کے لیے جسمانی توانائی حاصل کرنے کی نیت سے فرمایا۔ یوں، بکری کے شانے کا گوشت کھانا محض ایک غذائی عادت نہیں، بلکہ امت کے لیے متوازن، صاف ستھری اور صحت بخش خوراک کے انتخاب کا ایک خوبصورت عملی اسوہ بن جاتا ہے۔

خرگوش کا گوشت

136 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ، ثنا سُفْيَانُ قَالَ: ثنا مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ مَوْلَى آلِ طَلْحَةَ، وَحَكِيمُ بْنُ جُبَيْرٍ، سَمِعَاهُ مِنْ مُوسَى بْنِ طَلْحَةَ أَنَّهُ سَمِعَ رَجُلًا مِنْ أَسْوَدِ بْنِ أَبِي سَهْلٍ يَقُولُ لَهْ أَبُو الْحُوْتِكِيَّةِ قَالَ: قَالَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ: مَنْ حَاضَرَ نَا يَوْمَ الْفَاحِخَةِ إِذْ أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِأَزْنَبٍ فَقَالَ أَبُو ذَرٍّ: أَنَا أَتَى أَعْرَابِي النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِأَزْنَبٍ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي رَأَيْتُهَا تَدْمًا قَالَ فَكَفَّ عَنْهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمْ يَأْكُلْ، وَأَمَرَ أَصْحَابَهُ أَنْ يَأْكُلُوا الْخِزْيَانَةَ

ابن الحوتمکیہ بیان کرتے ہیں کہ حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے فرمایا: کیا تم میں سے کوئی اس دن کا واقعہ یاد کرتا

ہے جب قاحہ کے مقام پر نبی کریم ﷺ کی خدمت میں ایک خرگوش لایا گیا؟ اس پر حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ نے کہا: میں بیان کرتا ہوں۔ ایک دیہاتی نبی کریم ﷺ کے پاس ایک خرگوش لے کر آیا اور عرض کیا: یا رسول اللہ! میں نے اسے خون آلود حالت میں دیکھا ہے۔ یہ سن کر نبی کریم ﷺ اس سے رک گئے، خود اس میں سے نہیں کھایا، البتہ اپنے صحابہ کو کھانے کی اجازت دے دی۔

### سند کی تحقیق:

حمیدی اور سفیان کی ثقاہت کا تفصیلی ذکر ہو چکا ہے، جبکہ بقیہ روایات کا ذکر کیا جاتا ہے۔

**محمد بن عبدالرحمن:** محمد بن عبدالرحمن مولیٰ آل طلحہ مدینہ منورہ کے ثقہ تابعی راوی ہیں، انہوں نے موسیٰ بن طلحہ اور دیگر کبار تابعین سے روایات نقل کی ہیں۔ ان کی ثقاہت کے حوالے سے امام بیہقی بن معین نے صراحت کی ہے:

قَالَ يَحْيَى بْنُ مَعِينٍ: مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ مَوْلَى آلِ طَلْحَةَ ثِقَّةٌ.<sup>12</sup>

امام ابو حاتم اور امام نسائی نے بھی ان کی توثیق کی ہے اور ان کی روایات صحیح مسلم اور سنن اربعہ میں موجود ہیں، جو ان کے معتبر ہونے کی دلیل ہے۔

**حکیم بن جبیر:** حکیم بن جبیر الاسدی الکوفی کوفہ کے راوی ہیں۔ ان کے متعلق محدثین کی آراء مختلف ہیں، امام ابن حجر عسقلانی نے ان کے بارے میں لکھا ہے:

حَكِيمٌ بْنُ جُبَيْرٍ، ضَعِيفٌ وَرِجْعِيٌّ بِاللَّدُنْيَةِ.<sup>13</sup>

اگرچہ ان پر تضعیف کا قول موجود ہے، لیکن اس سند میں وہ تنہا نہیں ہیں بلکہ محمد بن عبدالرحمن کے متابع (ساتھ شریک) ہیں، جس سے روایت کی بنیاد مضبوط ہو جاتی ہے۔

**موسیٰ بن طلحہ:** موسیٰ بن طلحہ بن عبید اللہ التیمی مدینہ کے نہایت جلیل القدر اور ثقہ تابعی ہیں، وہ مشہور صحابی حضرت طلحہ بن عبید اللہ کے صاحبزادے ہیں۔ ان کی عدالت کے متعلق امام عجل نے صراحت فرمائی ہے:

قَالَ أَبُو الْحَسَنِ الْعَجَلِيُّ: مُوسَى بْنُ طَلْحَةَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ تَابِعِيٌّ ثِقَّةٌ.<sup>14</sup>

آپ کو "خیار تابعین" (بہترین تابعین) میں شمار کیا جاتا ہے اور آپ کی مرویات کتب ستہ کا اہم حصہ ہیں۔

**ابن الحوکنیہ:** ابن الحوکنیہ (جن کا نام یزید بن سنان بتایا گیا ہے) بنو تمیم سے تعلق رکھنے والے ایک صحابی یا کبار تابعین میں سے ہیں جنہوں نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ اور حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ کے ساتھ یہ واقعہ دیکھا۔ ان کے متعلق امام ابن ابی حاتم نے ذکر کیا ہے کہ انہوں نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے روایت کی ہے۔

### حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے حسن ہے، اور متن کے اعتبار سے اس کے شواہد موجود ہیں۔ یہی واقعہ سنن ابی داؤد 3792 اور سنن نسائی 4323 میں بھی مروی ہے، جہاں ائمہ نے اس کی سند کو حسن قرار دیا ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ رسول اللہ ﷺ کی حیاتِ طیبہ کے تدریس، امت پر شفقت اور حلال و حرام کے معاملات میں ایک بہترین توازن کو ظاہر کرتی ہے۔ سیرت نبوی کے پہلو سے اس واقعے میں سب سے نمایاں نکتہ آپ ﷺ کا اپنے صحابہ کرام کے لیے حد درجہ نرمی اور انسانی کا معاملہ کرنا ہے۔ جب ایک اعرابی (دیہاتی) نے قاحہ کے مقام پر بارگاہِ نبوت میں خرگوش کا گوشت

پیش کیا اور ساتھ ہی یہ شبہ بھی ظاہر کیا کہ اس نے اسے خون آلود حالت میں دیکھا ہے (جس سے مراد یہ ہو سکتا ہے کہ وہ حالت حیض میں تھا یا شکار کے وقت اس کا خون زیادہ بہہ گیا تھا)، تو آپ ﷺ نے کمال تقویٰ اور طبعی کراہت کی وجہ سے خود اس کے کھانے سے ہاتھ روک لیا، لیکن صحابہ کرام کو اسے کھانے کا حکم اور اجازت دے دی۔ آپ ﷺ کا یہ عمل اس بات کی بین دلیل ہے کہ دین میں کسی چیز کا حلال ہونا اس بات پر موقوف نہیں کہ وہ لازمی طور پر آپ ﷺ کی طبعی پسند کے مطابق بھی ہو۔ آپ ﷺ نے ذاتی ناپسندیدگی یا احتیاط کو کبھی امت پر جبراً مسلط نہیں فرمایا، بلکہ اپنے عمل سے یہ واضح کر دیا کہ ایک چیز شرعی طور پر طیب اور حلال ہو سکتی ہے، چاہے کوئی انسان اپنی طبعی رغبت کی وجہ سے اسے پسند نہ کرے۔

فقہی اور اجتہادی اعتبار سے یہ حدیث امت مسلمہ کے لیے ایک عظیم الاصل قاعدہ فراہم کرتی ہے کہ خرگوش کا گوشت کھانا بالکل حلال اور جائز ہے۔ اگر خرگوش کا گوشت شرعاً ممنوع یا حرام ہوتا تو رسول اللہ ﷺ کبھی بھی اپنے صحابہ کو اس کے کھانے کا حکم نہ دیتے، کیونکہ آپ ﷺ کا کسی عمل کو اپنے سامنے ہوتے دیکھنا اور اس پر خاموشی اختیار کرنا یا اجازت دینا (جسے حدیث کی اصطلاح میں 'حدیث تقریری' کہا جاتا ہے) اس کے حلال ہونے کی قطعی مہر تصدیق ہے۔ جہاں تک آپ ﷺ کے خود نہ کھانے کا تعلق ہے، تو وہ محض ایک طبعی کراہت اور نفاست طبع کی بنیاد پر تھا، بالکل اسی طرح جیسے آپ ﷺ نے صنب (گوه) کا گوشت شرعی طور پر حلال ہونے کے باوجود اپنی طبعی ناپسندیدگی کی وجہ سے تناول نہیں فرمایا تھا۔

طبعی اور فکری پہلو سے دیکھا جائے تو یہ روایت واضح کرتی ہے کہ اسلام نے طہارت اور نفاست کو بنیادی اہمیت دی ہے۔ اعرابی کا یہ کہنا کہ "میں نے اسے خون آلود دیکھا ہے" ایک عام انسان کے دل میں کراہت پیدا کرنے کے لیے کافی تھا، اور آپ ﷺ چونکہ کائنات کے سب سے پاکیزہ اور نفیس انسان تھے، اس لیے آپ ﷺ کے مزاج مبارک نے اسے قبول نہیں کیا۔ تاہم، جب ذبح کا شرعی طریقہ درست ہو اور خون بہہ چکا ہو، تو گوشت کی حلیت پر کوئی اثر نہیں پڑتا۔ مزید برآں، یہ روایت صحابہ کرام کے باہمی علمی مذاکرے اور حفظ حدیث کے جذبے کو بھی نمایاں کرتی ہے کہ کس طرح حضرت عمر فاروق اور حضرت ابوذر رضی اللہ عنہما نے برسوں بعد بھی سفر اور حضر کے ان واقعات کو من و عن یاد رکھا اور امت تک پہنچایا، تاکہ قیامت تک آنے والے مسلمانوں کے لیے غذائی احکامات اور نبوی اصول زندگی بالکل واضح رہیں۔

### گھوڑے کا گوشت

1291 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ، قَالَ: ثنا عَمْرُو، قَالَ: قَالَ جَابِرُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ أَطْعَمَنَا رَسُولُ

اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَحْمَ الْحُمَيْرِ، وَهَمَانًا عَنْ لُحُومِ الْحُمْرِ<sup>15</sup>

حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ہمیں گھوڑوں کا گوشت کھلانے کی اجازت دی، جبکہ گدھوں کے گوشت سے ہمیں منع فرمادیا۔

### سند کی تحقیق:

حدیث میں مذکور امام حمیدی اور سفیان کا تذکرہ گزر چکا ہے۔ بقیہ روایات کا ذکر کیا جاتا ہے۔

### عمرو بن دینار:

عمرو بن دینار کا نام عمرو بن دینار اور کنیت ابو محمد تھی۔ آپ مکہ مکرمہ کے کبار تابعین، جلیل القدر امام، فقیہ اور محدث تھے۔ آپ نے حضرت جابر بن عبد اللہ اور حضرت ابن عباسؓ جیسے کبار صحابہ سے علم حاصل کیا، جبکہ آپ سے امام سفیان بن

عمیدہ، سفیان ثوری اور امام شعبہ جیسے عظیم ائمہ نے روایات نقل کی ہیں۔

كَانَ ثِقَّةً ثَبَتًا، كَثِيرَ الْحَدِيثِ، فَحَقِيهَا أُدِيْمًا. 16

آپ نہایت ثقہ، پختہ کار، کثیر الاحادیث، فقیہ اور بلند پایہ عالم تھے۔

مَا رَأَيْتُ أَحَدًا أَفْقَهَ مِنْ عَمْرِو بْنِ دِينَارٍ. 17

امام سفیان بن عمیدہ فرماتے ہیں کہ میں نے عمرو بن دینار سے بڑا فقیہ کسی کو نہیں دیکھا۔

**حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ:**

حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہ جلیل القدر انصاری صحابی، مدینہ کے مفتی اور کثرت سے حدیث روایت کرنے والے سات بڑے صحابہ میں شمار ہوتے ہیں۔ ان کا پورا نام ابو عبد اللہ جابر بن عبد اللہ الأنصاری الخزرجی ہے۔ آپ نے بیعت عقبہ ثانیہ میں اسلام قبول کیا اور احد و بدر کے علاوہ رسول اللہ ﷺ کے ساتھ 19 غزوات میں شریک ہوئے۔ انہوں نے براہ راست رسول اللہ ﷺ سے احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے عمرو بن دینار، سعید بن مسیب اور عطاء بن ابی رباح جیسے کبار تابعین نے روایات نقل کی ہیں۔

مسجد نبوی میں آپ کا مستقل علمی حلقہ تھا جہاں سے امت کو کثیر احادیث منتقل ہوئیں۔ امام ذہبی لکھتے ہیں:

الإمام الكبير، الحافظ، صاحب رسول الله صلى الله عليه وسلم 18

وہ بہت بڑے امام، حافظ حدیث اور رسول اللہ ﷺ کے جلیل القدر ساتھی تھے۔

حافظ ابن حجر عسقلانی فرماتے ہیں:

جابر بن عبد الله، صحابي جليل، وكان مفتي المدينة في زمانه 19

جابر بن عبد اللہ جلیل القدر صحابی ہیں اور وہ اپنے زمانے میں مدینہ منورہ کے مفتی تھے۔

آپ کی مرویات کی تعداد 1540 ہے اور آپ نے تقریباً 74 ہجری میں مدینہ منورہ میں وفات پائی۔

**حکم حدیث:**

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح" ہے، کیونکہ اس کے تمام راوی ثقہ، ثبت اور بلند پایہ ائمہ ہیں اور اس کی سند مکمل طور پر متصل ہے۔ اس سند میں امام الحمیدی، سفیان بن عمیدہ اور عمرو بن دینار جیسے جلیل القدر محدثین شامل ہیں، جبکہ اس کے آخری راوی جلیل القدر صحابی حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہ ہیں۔ یہ روایت اپنی صحت اور متصل سند کی وجہ سے صحیح بخاری حدیث نمبر 4219 اور صحیح مسلم حدیث نمبر 1941 میں بھی موجود ہے۔

**سیرت کا پہلو:**

یہ حدیث حلال و حرام کے شرعی احکامات اور نبوی اصولِ تغذیہ میں واضح حد فاصل قائم کرتی ہے۔ اس روایت سے معلوم ہوتا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے گھوڑے کا گوشت کھانے کی اجازت دی، جس سے فقہاء نے یہ استدلال کیا ہے کہ گھوڑے کا گوشت شرعی طور پر حلال اور طیب ہے۔ اس کے برعکس، آپ ﷺ نے گھریلو گدھوں (Domestic Donkeys) کے گوشت سے سختی سے منع فرمادیا، جس سے یہ ہمیشہ کے لیے حرام قرار پایا۔ یہ حکم بنیادی طور پر غزوہ خیبر کے موقع پر نازل ہوا تھا جہاں مسلمانوں کو غذائی قلت کا سامنا تھا، لیکن شریعت نے نفاست، طہارت اور انسانی صحت کے اصولوں کو

برقرار رکھتے ہوئے گدھے کے گوشت کو ممنوع قرار دیا۔ سیرت اور شریعت کے پہلو سے یہ حدیث واضح کرتی ہے کہ کسی بھی چیز کا حلال یا حرام ہونا خالصتاً وحی الہی اور حکم رسول اللہ ﷺ کے تابع ہے، اور مومن کا کام ان احکامات کے سامنے سر تسلیم خم کرنا ہے۔

### مرغی کا گوشت

783 - حَدَّثَنَا الْحَمِيدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ، قَالَ: ثنا أَيُّوبُ السَّخْتِيَانِيُّ، عَنْ أَبِي قِلَابَةَ، عَنْ زَهْدِمِ الْجَرْمِيِّ، قَالَ: كُنَّا عِنْدَ أَبِي مُوسَى الْأَشْعَرِيِّ، فَأَتَيْتْ بِلَحْمِ دَجَاجٍ، فَتَنَحَّى رَجُلٌ لَمْ يَأْكُلْ، فَدَعَاهُ أَبُو مُوسَى، فَقَالَ: إِنِّي رَأَيْتُهُ يَأْكُلُ شَيْئًا، فَقَدَرْتُهُ، فَقَالَ أَبُو مُوسَى رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَأْكُلُهُ<sup>20</sup>

زہدم جریمی بیان کرتے ہیں کہ ہم حضرت ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ عنہ کے پاس بیٹھے ہوئے تھے کہ مرغی کا گوشت پیش کیا گیا۔ ایک شخص الگ ہو گیا اور اس نے کھانے سے پرہیز کیا۔ حضرت ابو موسیٰ رضی اللہ عنہ نے اسے بلایا تو اس نے کہا: میں نے اسے ایک ناپسندیدہ چیز کھاتے دیکھا تھا، اس لیے مجھے اس سے کراہت محسوس ہوئی۔ اس پر حضرت ابو موسیٰ رضی اللہ عنہ نے فرمایا: میں نے خود رسول اللہ ﷺ کو اس کا گوشت کھاتے دیکھا ہے۔

### سند کی تحقیق:

حمیدی اور سفیان ثوری کا تفصیلی ذکر ہو چکا ہے۔ بقیہ روایت کا تذکرہ کیا جاتا ہے۔

### 11 یوب سختیانی:

یوب سختیانی تابعین کے جلیل القدر محدث اور ائمہ حدیث میں شمار ہوتے ہیں۔ ان کا پورا نام ایوب بن ابی تمیمہ کیسان سختیانی بصری ہے۔ آپ بصرہ کے رہنے والے تھے اور علم حدیث، فقہ اور زہد و تقویٰ میں بہت بلند مقام رکھتے تھے۔ انہوں نے حضرت انس بن مالک، ابن سیرین، نافع مولیٰ ابن عمر، عکرمہ مولیٰ ابن عباس اور دیگر تابعین سے احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے شعبۃ بن الحجاج، سفیان الثوری، حماد بن زید، حماد بن سلمہ، عبد الوارث بن سعید اور دیگر ائمہ حدیث نے روایت نقل کی ہے۔

محدثین نے ان کی ثقاہت اور علمی مقام کی بڑی تعریف کی ہے۔ حافظ ابن حجر عسقلانی لکھتے ہیں:

أَيُّوبُ بْنُ أَبِي تَمِيمَةَ السَّخْتِيَانِيُّ ثِقَةٌ ثَبَتَتْ حُجَّةٌ<sup>21</sup>

یوب بن ابی تمیمہ السختیانی ثقہ، مضبوط حافظ رکھنے والے اور حجت درجے کے راوی ہیں۔

اسی طرح امام ذہبی ان کے بارے میں لکھتے ہیں:

الإمام الحافظُ القُدْوَةُ<sup>22</sup>

وہ امام، حافظ حدیث اور قابل اقتداء شخصیت تھے۔

آپ تابعین کے بڑے محدثین میں شمار ہوتے ہیں اور آپ کی وفات تقریباً 131ھ میں ہوئی۔

### 12 ابوقلابہ:

ابوقلابہ عبد اللہ بن زید جریمی بصری تابعین کے جلیل القدر محدث، فقیہ اور عابد راویوں میں شمار ہوتے ہیں۔ ان کا پورا نام عبد اللہ بن زید بن عمرو الجریمی ہے اور کنیت ابوقلابہ ہے۔ آپ بصرہ کے رہنے والے تھے اور علم و زہد میں ممتاز مقام رکھتے تھے۔

انہوں نے انس بن مالکؓ، عبد اللہ بن عباسؓ، عبد اللہ بن عمرؓ، مالک بن الحویرثؓ اور دیگر صحابہ کرام سے احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے ایوب السختمانی، قتادہ، خالد الخذاء، ایوب بن موسیٰ اور دیگر محدثین نے روایت نقل کی ہے۔

محدثین نے ان کی ثقاہت اور علمی مقام کی صراحت کی ہے۔ حافظ ابن حجر عسقلانی لکھتے ہیں:

عَبْدُ اللَّهِ بْنُ زَيْدِ أَبُو قَلَابَةَ الْجَزَوِيُّ ثَقَّةٌ فَاضِلٌ مِنْ كِبَارِ التَّابِعِينَ<sup>23</sup>

ابوقلابہ عبد اللہ بن زید الجرمی ثقہ، فاضل اور بڑے تابعین میں سے ہیں۔

امام ابن سعد بھی لکھتے ہیں:

كَانَ ثَقَّةً كَثِيرَ الْحَدِيثِ<sup>24</sup>

وہ ثقہ اور کثرت سے حدیث روایت کرنے والے تھے۔

آپ زہد و عبادت میں بھی مشہور تھے اور فنون سے بچنے کے لیے بصرہ سے شام چلے گئے۔ آپ کی وفات تقریباً 104ھ کے قریب ہوئی۔

### زہد بن مضرب الجرمی:

زہد بن مضرب الجرمی بصرہ کے کبار اور معتبر تابعین میں شمار ہوتے ہیں جن کی ثقاہت پر ائمہ کا اتفاق ہے، چنانچہ امام مزنی، تہذیب الکمال، جلد 447/9 میں امام بیہقی بن معین کا یہ قول نقل کیا ہے:

قَالَ يَحْيَى بْنُ مَعِينٍ: زَهْدٌ بْنُ مَضْرَبٍ الْجَزَوِيُّ ثَقَّةٌ.<sup>25</sup>

اور ان کا بلند علمی مرتبہ ہی وجہ ہے کہ ان کی مرویات کو امام بخاری اور امام مسلم نے اپنی صحیحین میں جگہ دی ہے۔

حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند اور متن کے اعتبار سے صحیح ہے اور اس کی صحت پر امت کے جمیع محدثین کا اتفاق ہے کیونکہ یہ روایت بعینہ اسی متن کے ساتھ صحیح بخاری 5517 اور صحیح مسلم 1649 میں موجود ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ مرغی کے گوشت کی اباحت (حلال ہونے) اور طبعی کراہت کے مقابلے میں نبوی اسوہ کی پیروی کرنے کا ایک بہترین نمونہ پیش کرتی ہے۔ سیرت اور فقہی پہلو سے اس واقعے میں معلوم ہوتا ہے کہ مرغی کا گوشت شرعاً بالکل حلال اور پاکیزہ غذا ہے، کیونکہ خود رسول اللہ ﷺ نے اسے تناول فرمایا ہے۔ جب ایک شخص نے مرغی کو گندگی یا کوئی ناپسندیدہ چیز کھاتے دیکھ کر طبعی کراہت کی وجہ سے اس کا گوشت کھانے سے پرہیز کیا، تو جلیل القدر صحابی حضرت ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ عنہ نے اپنے ذاتی قیاس یا وسوسے کے مقابلے میں "اسوہ رسول ﷺ" کو پیش کیا کہ جب آپ ﷺ نے اسے کھایا ہے تو یہ طیب ہے۔ یہ عمل امت کو سکھاتا ہے کہ اگر کوئی حلال پرندہ یا جانور کبھی کبھار گندگی کھا بھی لے (جسے جلالہ کہا جاتا ہے)، تو جب تک اس کے پورے گوشت اور بو میں خرابی نہ آئے، وہ حرام نہیں ہو جاتا، خصوصاً اگر اسے کچھ وقت صاف خوراک پر رکھا گیا ہو۔ سب سے بڑھ کر یہ روایت صحابہ کرام کے اس جذبے کو نمایاں کرتی ہے کہ وہ ہر معاملے میں لوگوں کے ذاتی شکوک و شبہات کو دور کرنے کے لیے رسول اللہ ﷺ کی سنت اور عمل کو حتمی دلیل کے طور پر پیش فرماتے تھے۔

### کدو کو تلاش کر کے تناول فرمانا

1247 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ، قَالَ: ثني مَالِكُ بْنُ أَنَسٍ، عَنْ إِسْحَاقَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي طَلْحَةَ، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ لَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَّبِعُ الدَّبَّاءَ مِنَ الصَّخْفَةِ فَلَا أَزَالُ أُجِبُّهُ أَبَدًا<sup>26</sup>

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو دیکھا کہ آپ دسترخوان میں سے کدو کے ٹکڑوں کو تلاش کر کے تناول فرمایا کرتے تھے، اسی وجہ سے میں ہمیشہ کدو کو پسند کرتا رہا ہوں۔  
سند کی تحقیق:

حدیث میں مذکور تمام راویوں کو ذکر گزر چکا ہے۔ تمام راوی ثقہ ہیں۔

### مالک بن انس :

امام مالک جلیل القدر فقیہ، حافظ حدیث اور مدینہ منورہ کے سب سے بڑے امام (امام دارالہجرہ) ہیں۔ ان کا پورا نام ابو عبد اللہ مالک بن انس بن مالک الانصاری المدنی ہے۔ آپ نے مدینہ منورہ کے کبار تابعین جیسے امام زہری، نافع (مولی ابن عمر) اور ربیعہ الرائی سے علم حاصل کیا، جبکہ ان سے امام شافعی، سفیان ثوری، عبد اللہ بن مبارک اور امام محمد (صاحب امام ابو حنیفہ) جیسے جلیل القدر ائمہ نے روایات نقل کی ہیں۔

محدثین نے ان کی ثقاہت، سخت چھان پھٹک اور علمی جلالت کو سند کا سب سے مضبوط درجہ قرار دیا ہے۔ امام شافعی فرماتے ہیں:

إِذَا ذُكِرَ الْعُلَمَاءُ، فَمَالِكُ النَّجْمُ<sup>27</sup>

جب (علم حدیث میں) علماء کا ذکر کیا جائے، تو امام مالک ان میں آسمان کے چمکتے ستارے کی مانند ہیں۔  
حافظ ابن حجر عسقلانی ان کے متعلق لکھتے ہیں:

مالک بن أنس المدني، إمام دار الهجرة، رأس المتقين وكبير المحدثين<sup>28</sup>

مالک بن انس مدنی، امام دارالہجرہ ہیں: وہ (روایت حدیث میں) سب سے پختہ کار اور مضبوط ترین ائمہ کے سردار ہیں۔  
آپ مشہور ترین کتاب حدیث "الموطأ" کے مصنف ہیں اور آپ نے تقریباً 179ھ میں مدینہ منورہ میں وفات پائی اور جنت البقیع میں دفن ہوئے۔

### اسحاق بن عبد اللہ بن ابو طلحہ:

اسحاق بن عبد اللہ بن ابو طلحہ کا نام زید بن سہل انصاری نجاری مدنی تھا۔ آپ کے والد عبد اللہ حضرت انس بن مالک کے بھائی تھے۔ آپ حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ، جعفر بن عیاض، ذکوان، اپنے والد عبد اللہ بن طلحہ وغیرہم سے روایت کرتے ہیں۔ جب کہ ان سے حماد بن سلمہ، سفیان بن عیینہ، عبد العزیز بن عبد اللہ الماجشون وغیرہم روایت کرتے ہیں۔ ذیل میں آئمہ جرحہ و تعدیل کے ان کے متعلق شند اقوال نقل کیے جاتے ہیں۔

عَنْ يَحْيَى بْنِ مَعِينٍ: ثَقَّةٌ حَجَّةٌ. وَقَالَ إِسْحَاقُ بْنُ مَنْصُورٍ، عَنْ يَحْيَى، وَأَبُو زُرْعَةَ، وَأَبُو حَاتِمٍ، وَالنَّسَائِيُّ:

ثَقَّةٌ. زَادَ أَبُو زُرْعَةَ: وَهُوَ أَشْهَرُ إِخْوَتِهِ، وَأَكْثَرُهُمْ حَدِيثًا.<sup>29</sup>

یحییٰ بن معین، ابو زرعد، ابو حاتم، اور امام نسائی نے انہیں ثقہ اور مکثر محدث کہا۔ جو کے ان کی ثقاہت کے لیے کافی ہے۔

### حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ:

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ رسول اللہ ﷺ کے خادم خاص، جلیل القدر انصاری صحابی اور کثرت سے حدیث روایت کرنے والے راویوں میں شامل ہیں۔ ان کا پورا نام ابو حمزہ انس بن مالک الأنصاری الخزرجی ہے۔ انہوں نے مدینہ منورہ میں دس سال تک رسول اللہ ﷺ کی مثالی خدمت کی اور آپ ﷺ کی دعاؤں کی برکت سے طویل عمر اور کثرتِ اولاد سے نوازے گئے۔ انہوں نے براہِ راست رسول اللہ ﷺ سے احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے امام زہری، قتادہ اور ثابت البنانی جیسے جلیل القدر تابعین نے روایات نقل کی ہیں۔ آپ کا علمی مقام بہت بلند تھا اور آپ کی مرویات کی تعداد 2286 ہے۔ امام ذہبی لکھتے ہیں:

صاحب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم وخادمه، وكان آخر من مات بالبصرة<sup>30</sup>

وہ رسول اللہ ﷺ کے ساتھی اور آپ کے خادم تھے، اور بصرہ میں وفات پانے والے آخری صحابی تھے۔ حافظ ابن حجر عسقلانی فرماتے ہیں:

أنس بن مالك الأنصاري، خادم رسول الله صلي الله عليه وسلم، وهو أحد المكثرين<sup>31</sup>

انس بن مالک انصاری، رسول اللہ ﷺ کے خادم ہیں اور وہ کثرت سے حدیث بیان کرنے والوں میں سے ہیں۔

آپ نے تقریباً 93ھ میں سو برس سے زائد کی عمر میں بصرہ میں وفات پائی۔

حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح" ہے، کیونکہ اس کے تمام راوی ثقہ، ثبت اور بلند پایہ ائمہ ہیں اور اس کی سند مکمل طور پر متصل ہے۔ اس سند میں امام الحمیدی، سفیان بن عیینہ اور امام دار الجرحہ مالک بن انس جیسے جلیل القدر محدثین شامل ہیں، جبکہ اس کے آخری راوی خادم رسول حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ ہیں۔ یہ روایت اپنی صحت اور متصل سند کی وجہ سے صحیح بخاری حدیث نمبر 5433 اور صحیح مسلم حدیث نمبر 2041 میں بھی موجود ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ رسول اللہ ﷺ کی سادگی طعام، کدو (دباء/لوی) سے آپ ﷺ کی گہری رغبت اور صحابہ کرام کی بے مثال حب رسول ﷺ کو ظاہر کرتی ہے۔ سیرت طیبہ کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ کدو آپ ﷺ کی پسندیدہ ترین سبزیوں میں سے تھا، اور آپ ﷺ دسترخوان پر موجود بڑے برتن (صحفہ) کے چاروں طرف سے کدو کے ٹکڑے تلاش کر کے تلاش کرنے کی وجہ یہ تھی کہ شور بے میں کدو نیچے بیٹھ جاتا ہے (کمالِ رغبت سے تناول فرماتے تھے۔ طبعی اعتبار سے کدو ایک انتہائی بابرکت، زود ہضم، دل و دماغ کو فرحت دینے والی اور ٹھنڈی تاثیر رکھنے والی غذا ہے، جسے آپ ﷺ اپنی نفاستِ طبع اور صحت بخش خصوصیات کی وجہ سے پسند فرماتے تھے۔ اس حدیث کا سب سے خوبصورت اور جذباتی پہلو حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ کا یہ جملہ ہے کہ "میں ہمیشہ کدو کو پسند کرتا رہا ہوں"۔ یہ اس بات کی روشن دلیل ہے کہ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم صرف آپ ﷺ کے شرعی احکامات پر ہی عمل نہیں کرتے تھے، بلکہ آپ ﷺ کی طبعی عادات، پسند اور ناپسند میں بھی اس طرح رنگ جاتے تھے کہ جو چیز محبوبِ خدا ﷺ کو پسند ہوتی، وہ ان کی بھی پسندیدہ بن جاتی۔ یہ روایت امت کو سکھاتی ہے کہ

محبت رسول ﷺ کا تقاضا یہ ہے کہ انسان زندگی کے ہر چھوٹے بڑے معاملے اور عاداتِ طعام میں بھی اسوۂ نبوی کی پیروی کی کوشش کرے۔

### ستو کھانا

441 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ قَالَ: ثنا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ الْأَنْصَارِيُّ قَالَ: أَخْبَرَنِي بُشَيْرُ بْنُ يَسَارٍ قَالَ: سَمِعْتُ سُؤَيْدَ بْنَ النُّعْمَانَ الْأَنْصَارِيَّ يَقُولُ: خَرَجْنَا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَى خَيْبَرَ حَتَّى إِذَا كُنَّا بِالصَّهْبَاءِ وَبَيْنَنَا وَبَيْنَهَا زَوْحَةٌ دَعَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِالزَّادِ فَلَمْ يُوْت إِلَّا بِسَوِيقٍ فَلَاكَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الخ<sup>32</sup>

میں نے حضرت سوید بن نعمان انصاری رضی اللہ عنہ سے سنا کہ ہم رسول اللہ ﷺ کے ساتھ خیبر کی طرف روانہ ہوئے۔ جب ہم صحبہ کے مقام پر پہنچے اور ہمارے درمیان فاصلہ تھا، تو رسول اللہ ﷺ نے کھانے کے لیے کہا، لیکن صرف ستو لایا گیا۔ رسول اللہ ﷺ نے اسے کھایا۔  
سند کی تحقیق:

حمیدی اور سفیان بن عیینہ کا تذکرہ ہو چکا ہے بقیہ روایات کا ذکر کیا جاتا ہے۔

### یحییٰ بن سعید الانصاری:

یحییٰ بن سعید بن قیس الانصاری مدنی، مدینہ منورہ کے کبار تابعین اور ثقہ ترین ائمہ میں سے ہیں۔ وہ قاضی مدینہ اور پھر قاضی بغداد بھی رہے، اور ان کا شمار امام مالک کے جلیل القدر اساتذہ میں ہوتا ہے۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التہذیب" میں ان کے بارے میں لکھا ہے

:يَحْيَى بْنُ سَعِيدِ بْنِ قَيْسِ الْأَنْصَارِيِّ، ثِقَّةٌ ثَبَتَ<sup>33</sup>

یحییٰ بن سعید بن قیس انصاری، ثقہ اور (فُنْ حَدِيثِ فِيهِ) انتہائی پختہ راوی ہیں۔

امام مزنی نے "تہذیب الکمال" میں ذکر کیا ہے کہ ان کی مرویات پر ائمہ کا مکمل اتفاق ہے اور وہ مدینہ کے علم کے امین سمجھے جاتے تھے۔

### بشیر بن یسار:

بشیر بن یسار الانصاری المدنی، مدینہ کے معروف فقیہ اور جلیل القدر تابعی ہیں۔ انہوں نے بہت سے صحابہ کرام کو پایا اور ان سے علمی فیض حاصل کیا۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التہذیب" میں ان کے بارے میں لکھا ہے:

بُشَيْرُ بْنُ يَسَارٍ الْأَنْصَارِيُّ، ثِقَّةٌ فَكِيهٌ<sup>34</sup>

بشیر بن یسار انصاری، ثقہ اور فقیہ راوی ہیں۔

### سوید بن النعمان الانصاری:

حضرت سوید بن نعمان بن مالک الانصاری رضی اللہ عنہ جلیل القدر صحابی رسول ہیں۔ آپ بیعتِ رضوان میں شریک ہونے والے خوش نصیبوں میں سے ہیں اور غزوہ خیبر کے یعنی شاہد ہیں۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التہذیب" میں ان کے بارے میں لکھا ہے

:سُوَيْدُ بْنُ النُّعْمَانَ الْأَنْصَارِيُّ، لَهُ صُحْبَةٌ، وَهُوَ مِنْ أَهْلِ بَيْعَةِ الرِّضْوَانِ<sup>35</sup>

سوید بن نعمان انصاری، صحابی رسول ہیں اور بیعتِ رضوان میں شریک ہونے والوں میں سے ہیں۔

### حکمِ حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح لذاتہ" ہے، کیونکہ اس کی سند کے تمام راوی ثقاہت اور ضبط کے اعلیٰ ترین درجے پر فائز ہیں اور سند کا اتصال کامل ہے۔ یہ روایت غزوہ خیبر کے دوران زادِ راہ (ستو) کے استعمال اور شرعی آدابِ طعام سے متعلق ہے، اور یہی روایت اپنی اصل اور متن کے اعتبار سے صحیح بخاری (حدیث نمبر 209) اور صحیح مسلم (حدیث نمبر 358) میں بھی موجود ہے، جو اس کی صحت پر قطعی مہر تصدیق ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ غزوہ خیبر کے سفر کے پس منظر میں رسول اللہ ﷺ اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کی بے مثال سادگی، قناعت اور مسافرانہ زندگی کے آداب کو اجاگر کرتی ہے۔ سیرتِ طیبہ کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ کائنات کے رہبر ہونے کے باوجود آپ ﷺ اور آپ کے جانثاروں کا زادِ راہ انتہائی سادہ ہوتا تھا؛ جب صہبائے کرام پر آپ ﷺ نے کھانا طلب فرمایا، تو لشکر کے پاس صرف ستو (سویق) موجود تھا، جسے آپ ﷺ نے بغیر کسی تکلف یا ناگواری کے کمالِ رضا اور شکر گزاری کے ساتھ تناول فرمایا۔ طبی اور غذائی اعتبار سے ستو (جو کا آنا جو بھون کر تیار کیا جائے) ایک بہترین، فوری توانائی دینے والی، ہلکی اور گرم صحرائی اسفار کے لیے نہایت مفید غذا ہے، جو پیاس کو بجھاتی اور معدے کو درست رکھتی ہے۔ اس واقعے کا ایک اہم فقہی پہلو یہ بھی ہے (جس کا ذکر اس روایت کے اگلے حصے میں ملتا ہے) کہ آپ ﷺ نے ستو کھانے کے بعد صرف کلی فرمائی اور نیا وضو کیے بغیر مغرب کی نماز پڑھائی، جو اس بات کی دلیل ہے کہ خشک یا پکی ہوئی سادہ غذا کھانے سے وضو نہیں ٹوٹتا۔ مجموعی طور پر یہ روایت امت کو قناعت پسندی کا درس دیتی ہے کہ حالات جیسے بھی ہوں، سفر ہو یا حضر، انسان کو دستیابِ نعمت پر اللہ کا شکر ادا کرنا چاہیے اور عیش و عشرت کے بجائے سادگی کو اپنا شعار بنانا چاہیے۔

### کلو نجی کھانے کا حکم

1138 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ، قَالَ: ثنا الزُّهْرِيُّ، عَنْ أَبِي سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: "عَلَيْكُمْ بِهَذِهِ الْحَبَّةِ السُّودَاءِ، فَإِنَّ فِيهَا شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ، وَالسَّامَ: الْمَوْتُ" قَالَ سُفْيَانُ يَغْنِي الشُّونِيزَ<sup>36</sup>

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "تم پر لازم ہے کہ اس سیاہ بیج (کلو نجی) کو استعمال کرو، کیونکہ اس میں ہر بیماری کا شفاء ہے، سوائے موت کے۔" سفیان نے کہا: مراد شونیز (کلو نجی) ہے۔

### سند کی تحقیق:

حدیث میں مذکور تمام راویوں کو ذکر گزر چکا ہے۔ تمام راوی ثقہ ہیں۔

### حکمِ حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح" ہے، کیونکہ اس کے تمام راوی ثقہ، ثبت اور بلند پایہ ائمہ ہیں اور اس کی سند مکمل طور پر متصل ہے۔ اس سند میں امام الحمیدی، سفیان بن عیینہ اور امام الزہری جیسے جلیل القدر محدثین شامل ہیں، جبکہ اس

کے آخری راوی حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ ہیں۔ یہ روایت اپنی صحت اور متصل سند کی وجہ سے صحیح بخاری حدیث نمبر 5688 اور صحیح مسلم حدیث نمبر 2215 میں بھی موجود ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ طب نبوی کا ایک عظیم الشان اور بنیادی اصول پیش کرتی ہے، جس میں رسول اللہ ﷺ نے انسانیت کو ایک بظاہر معمولی نظر آنے والے سیاہ بیج یعنی کلونجی (الشونیز) کے باقاعدہ استعمال کی تاکید فرمائی ہے۔ سیرت طیبہ اور نبوی اصول صحت کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ ﷺ نے امت کی صرف روحانی رہنمائی ہی نہیں فرمائی، بلکہ ان کی جسمانی صحت اور بیماریوں سے بچاؤ کے لیے بھی ایسی جامع ہدایات دیں جو وحی الہی پر مبنی ہیں۔ حدیث میں کلونجی کو "موت کے سواہر بیماری کے لیے شفا" قرار دینا اس کی غیر معمولی طبی افادیت کو ظاہر کرتا ہے۔ جدید سائنسی اور طبی تحقیقات بھی اس نبوی فرمان کی تصدیق کرتی ہیں کہ کلونجی انسانی جسم کے مدافعت کے نظام (Immune System) کو بے پناہ مضبوط کرتی ہے، جس کی وجہ سے جسم ہر قسم کے وائرس، انفیکشن اور دائمی بیماریوں کے خلاف لڑنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ آپ ﷺ کا لفظ "علیکم" (تم پر لازم ہے) استعمال فرمانا یہ واضح کرتا ہے کہ کلونجی کو روزمرہ کی غذا یا علاج کا حصہ بنانا سنت رسول ﷺ اور صحت مندی کا بہترین ذریعہ ہے۔ یہ روایت امت کو یہ فکری شعور دیتی ہے کہ بیماریوں کے مادی اسباب اور علاج کے لیے قدرتی نباتات کا استعمال توکل کے خلاف نہیں، بلکہ عین شریعت اور سنت نبوی کے مطابق ہے۔

### کھمی من بنی اسرائیل کا حصہ

81 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ، ثنا سُفْيَانُ، ثنا عَبْدُ الْمَلِكِ بْنُ عُمَيْرٍ سَمِعْتُ عَمْرَو بْنَ حُرَيْثٍ يَقُولُ سَمِعْتُ سَعِيدَ بْنَ زَيْدِ بْنِ عَمْرٍو بْنَ نُفَيْلٍ يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكَمَاءُ مِنَ الْمَمَةِ الَّذِي أَنْزَلَ اللَّهُ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ<sup>37</sup>

حضرت سعید بن زید بن عمرو بن نفیل رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "کماء (کنگر یا خالص مٹی کا پھل) وہ رزق ہے جو اللہ تعالیٰ نے بنی اسرائیل پر نازل کیا تھا، اور اس کا پانی آنکھ کی بیماریوں کے لیے شفا ہے۔"

### سند کی تحقیق:

حمیدی اور سفیان کا تذکرہ ہو چکا ہے بقیہ روایات کا ذکر کیا جاتا ہے۔

### عبدالملک بن عمیر:

عبدالملک بن عمیر القبطی الکوفی، کوفہ کے جلیل القدر تابعی اور قاضی رہے ہیں۔ انہوں نے کبار صحابہ کرام سے روایات نقل کی ہیں اور ان کا شمار طبقہ اوسط کے تابعین میں ہوتا ہے۔ اگرچہ آخری عمر میں ان کے حافظے کے متعلق بعض محدثین نے کلام کیا ہے، لیکن وہ مجموعی طور پر ثقہ اور معتبر مانے جاتے ہیں۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التہذیب" میں ان کے بارے میں لکھا ہے: ع

بَدَأَ الْمَلِكُ بْنُ عَمِيرِ الْقِبْطِيِّ الْكُوفِيِّ، ثِقَّةٌ فَفِيهِ عَالِمٌ، تَغَيَّرَ حِفْظُهُ<sup>38</sup>

عبدالملک بن عمیر قبطی کوفی، ثقہ، فقیہ اور عالم ہیں، (آخری عمر میں) ان کے حافظے میں تغیر آ گیا تھا۔

امام مزنی نے "تہذیب الکمال" میں ذکر کیا ہے کہ ان سے شعبہ اور سفیان ثوری جیسے بڑے ائمہ نے روایت کی ہے، جو

ان کی استنادی پختگی کی دلیل ہے۔

### عمرو بن حریش:

حضرت عمرو بن حریش المخزومی رضی اللہ عنہ جلیل القدر صحابی رسول ہیں۔ آپ فتح مکہ کے موقع پر کم سن تھے، آپ نے نبی کریم ﷺ سے براہ راست روایات سنی ہیں اور کوفہ میں سکونت اختیار کی۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التذیب" میں ان کے بارے میں لکھا ہے:

عَمْرُو بْنُ حُرَيْثِ بْنِ عَمْرِوِ الْمَخْزُومِيِّ، لَهُ صُحْبَةٌ<sup>39</sup>

عمرو بن حریش بن عمرو مخزومی، صحابی رسول ہیں۔

### سعید بن زید:

حضرت سعید بن زید بن عمرو بن نفیل رضی اللہ عنہ ان خوش نصیب صحابہ میں سے ہیں جو "عشرہ مبشرہ" (جنت کی بشارت پانے والے دس صحابہ) میں شامل ہیں۔ آپ سابقون الاولون میں سے ہیں اور حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کے بہنوئی بھی تھے۔ آپ کا ذکر متعدد احادیث میں ملتا ہے۔

حکم حدیث: یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح لذاتہ" ہے، کیونکہ اس کے تمام راوی ثقہ ہیں اور سند کا اتصال کامل ہے۔ یہ روایت نبوی طب کے حوالے سے انتہائی اہم ہے جس میں "کماۃ" (کھمبی / مشروم) کی فضیلت بیان کی گئی ہے۔ یہی روایت اپنی اصل اور متن کے اعتبار سے صحیح بخاری (حدیث نمبر 4478) اور صحیح مسلم (حدیث نمبر 2049) میں بھی موجود ہے، جو اس کی صحت پر قطعی مہر تصدیق ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ طب نبوی اور کائناتی نعمتوں کے اسرار و رموز کو واضح کرنے والی ایک بہترین علمی اور طبی دلیل ہے۔ سیرت طیبہ اور نبوی اصولِ صحت کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے انسانوں کو زمین سے نکلنے والی ایک قدرتی نعمت یعنی "کماۃ" (جسے کنگر، مشروم یا کھمبی کہا جاتا ہے) کی فضیلت اور افادیت سے آگاہ فرمایا۔ آپ ﷺ نے اس کارشتہ تاریخ کے ایک معجزاتی رزق سے جوڑتے ہوئے فرمایا کہ یہ "من" کا حصہ ہے، جو اللہ تعالیٰ نے بنی اسرائیل پر بغیر کسی محنت اور کاشت کاری کے نازل فرمایا تھا؛ کیونکہ کھمبی بھی زمین سے بغیر کسی انسانی بیج، بل چلانے یا خاص دیکھ بھال کے، خالص ربانی قدرت اور بارش کے پانی سے پیدا ہوتی ہے۔ اس روایت کا سب سے حیرت انگیز طبی پہلو یہ ہے کہ آپ ﷺ نے اس کے پانی کو "آکھ" کی بیماریوں کے لیے شفا" قرار دیا ہے۔ جدید طبی سائنس اور امراضِ چشم کے ماہرین (Ophthalmologists) کی تحقیقات بھی اس بات کی تائید کرتی ہیں کہ کھمبی کے عرق میں ایسے قدرتی عناصر پائے جاتے ہیں جو آنکھوں کی سوزش، بینائی کی کمزوری اور انفیکشن کے خلاف نہایت مفید ثابت ہوتے ہیں۔ یہ حدیث امت کو یہ فکری و ایمانی شعور دیتی ہے کہ زمین کی پیدا کردہ قدرتی اشیاء میں خالق کائنات نے انسان کے لیے بہترین دوا اور غذا چھپا رکھی ہے، اور ان سے فائدہ اٹھانا سنت نبوی ﷺ کے عین مطابق ہے۔

### کھجور تناول فرمانا

1255 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثَنَا سُفْيَانُ، قَالَ: ثَنَا مُضْعَبُ بْنُ سُلَيْمَانَ، قَالَ: سَمِعْتُ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ،

يَقُولُ أَنَّى النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِتَمْرِ فَجَعَلَ يُقَسِّمُهُ، وَهُوَ مُخْتَفِزٌ، وَهُوَ يَا كُلُّ أَكْلًا ذَرِيْعًا<sup>40</sup>  
حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کے پاس کھجوریں لائی گئیں۔ آپ ﷺ انہیں تقسیم کرنے لگے اور ساتھ ہی بہت تیزی سے کھا بھی رہے تھے۔  
سند کی تحقیق:

اس سند میں مصعب بن سلیمان کے علاوہ تمام راویوں پر بحث ہو چکی ہے۔

### مصعب بن سلیمان:

مصعب بن سلیمان الزبیری المدنی ایک تابعی راوی ہیں جنہوں نے جلیل القدر صحابی رسول حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایات نقل کی ہیں۔ ائمہ جرح و تعدیل نے ان کی توثیق کی ہے اور انہیں ایک سچا راوی قرار دیا ہے۔ امام ابن حجر عسقلانی نے ان کے بارے میں لکھا ہے:

مُصْعَبُ بْنُ سُلَيْمَانَ الزُّبَيْرِيُّ، صَدُوقٌ. 41

مصعب بن سلیمان صدوق یعنی سچے ہیں۔

امام ابن حبان نے بھی انہیں اپنی کتاب الثقات میں ذکر کیا ہے، جو ان کے معتبر ہونے کی دلیل ہے۔

### حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے صحیح ہے اور اس کے تمام راوی ثقہ اور معتبر ہیں۔ یہی روایت اپنی اصل اور متن کے اعتبار سے صحیح مسلم 2044 میں بھی موجود ہے۔ چونکہ اس کے شواہد صحیح مسلم جیسی مستند کتاب میں موجود ہیں، اس لیے مسند الحمیدی کی یہ روایت درجہ صحت پر فائز اور قابل عمل ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ رسول اللہ ﷺ کی عاجزی، صحابہ کرام پر شفقت اور انتہائی سادہ و بے تکلفانہ طرز زندگی کو نمایاں کرتی ہے۔ سیرت طیبہ کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ جب بارگاہ نبوت میں کھجوریں لائی گئیں، تو آپ ﷺ نے انہیں اپنے پاس جمع رکھنے کے بجائے فوراً صحابہ کرام میں تقسیم کرنا شروع کر دیا، جو آپ ﷺ کی سخاوت اور امت پر ایثار کو ظاہر کرتا ہے۔ روایت میں آپ ﷺ کے بیٹھنے کے انداز کے لیے لفظ "مُخْتَفِزٌ" (اُكْرُوْا بِيْطْهَانًا يَأْجُوْا كَمَا هُوَ كَرِيْبٌ) استعمال ہوا ہے، جو یہ دکھاتا ہے کہ آپ ﷺ کبھی ٹیک لگا کر یا متکبرانہ انداز میں کھانا نہیں کھاتے تھے، بلکہ ہمیشہ عاجزی کی حالت میں بیٹھتے تاکہ ضرورت پڑنے پر فوراً گھڑے ہو سکیں۔ جہاں تک آپ ﷺ کے کھجوریں "تیزی سے کھانے" (اِكْلًا ذَرِيْعًا) کا تعلق ہے، تو محدثین کے مطابق اس کی وجہ سخت بھوک تھی؛ کیونکہ آپ ﷺ اور آپ کا اہل بیت اکثر کئی کئی دن فاقے سے گزر بسر کرتے تھے، اس لیے جب کھجوریں آئیں تو آپ ﷺ نے اپنی شدید بھوک مٹانے اور جسمانی توانائی حاصل کرنے کے لیے انہیں جلدی جلدی تناول فرمایا۔ طبی اعتبار سے کھجور ایک ایسی مثالی غذا ہے جو فوری طور پر جسم کو گلوکوز اور توانائی فراہم کرتی ہے، جو شدید بھوک کی حالت میں انسان کے لیے بہترین ٹانک ہے۔ یہ روایت امت کو سکھاتی ہے کہ کائنات کے رہبر ہونے کے باوجود آپ ﷺ کی زندگی فقر و فاقہ، سادگی اور دستِ سخاوت سے عبارت تھی، اور آپ ﷺ نے ہر حال میں اللہ کا شکر ادا کرنے کا عملی نمونہ قائم فرمایا۔

257 - حَدَّثَنَا الْحُمَيْدِيُّ قَالَ: ثنا سُفْيَانُ قَالَ: ثنا هِشَامُ بْنُ عُرْوَةَ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ عَائِشَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ

صلى الله عليه وسلم كَانَ يَجْمَعُ بَيْنَ الْبَطِيخِ وَالزُّطْبِ فَيَأْكُلُهُ<sup>42</sup>

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کھجور اور تربوز کو ایک ساتھ جمع کر کے کھایا کرتے

تھے۔

### سند کی تحقیق:

حدیث میں مذکور امام حمیدی اور سفیان کا ذکر گزر چکا ہے۔ تمام راوی ثقہ ہیں۔ باقی روایت کا ذکر کیا جاتا ہے۔

### 1 ہشام بن عروہ:

ہشام بن عروہ بن زبیر تابعین کے جلیل القدر محدث اور مدینہ منورہ کے معروف رواۃ میں شمار ہوتے ہیں۔ ان کا پورا نام ہِشَامُ بْنُ عُرْوَةَ بْنِ الزُّبَيْرِ بْنِ الْعَوَّامِ الْأَسَدِيُّ الْمَدَنِيُّ ہے۔ آپ جلیل القدر تابعی عروہ بن زبیر کے بیٹے اور صحابیہ اسماء بنت ابی بکر کے نواسے تھے۔ انہوں نے اپنے والد حضرت عروہ بن زبیر، حضرت عائشہ، حضرت عبد اللہ بن عباسؓ اور دیگر صحابہ و تابعین سے احادیث روایت کیں، جبکہ ان سے سفیان بن عیینہ، امام مالک، شعبہ بن الحجاج، سفیان الثوری اور دیگر ائمہ حدیث نے روایت نقل کی ہے۔

محدثین نے ان کی ثقاہت اور حفظ حدیث کی تصریح کی ہے۔ حافظ ابن حجر عسقلانی لکھتے ہیں:

هِشَامُ بْنُ عُرْوَةَ بْنِ الزُّبَيْرِ الْأَسَدِيُّ الْمَدَنِيُّ ثِقَّةٌ ثَبَّتَ<sup>43</sup>

ہشام بن عروہ ثقہ اور مضبوط حافظ رکھنے والے راوی ہیں۔

اسی طرح امام ذہبی نے ان کے بارے میں لکھا ہے:

الإمام الحافظ هِشَامُ بْنُ عُرْوَةَ<sup>44</sup>

ہشام بن عروہ امام اور حافظ حدیث تھے۔

آپ مدینہ کے بڑے محدثین میں شمار ہوتے ہیں اور بعد میں عراق بھی گئے۔ آپ کی وفات تقریباً 146ھ میں ہوئی۔

### 2 حضرت عروہ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ

حضرت عروہ بن زبیر جلیل القدر تابعی، فقیہ مدینہ اور کبار ائمہ حدیث میں شمار ہوتے ہیں۔ آپ کی ولادت تقریباً 23ھ میں مدینہ منورہ میں ہوئی۔ آپ صحابی رسول الزبیر بن العوام کے صاحبزادے اور ام المؤمنین عائشہ بنت ابی بکر کے بھانجے تھے، اور حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے آپ نے کثرت سے احادیث روایت کیں، یہاں تک کہ آپ کو ان کے حدیثی ذخیرے کا سب سے بڑا عالم قرار دیا گیا۔ فقہ، حدیث اور سیرت نبوی میں آپ کو غیر معمولی مہارت حاصل تھی اور آپ کا شمار فقہائے سبعہ مدینہ میں ہوتا ہے۔ ائمہ جرح و تعدیل نے آپ کی ثقاہت اور امامت پر واضح تصریحات کی ہیں۔ چنانچہ یحییٰ بن معین سے منقول ہے:

عروة بن الزبير ثقة، حجة، من أعلم الناس بحديث عائشة، وكان فقيهاً ثبتاً<sup>45</sup>

یعنی عروہ بن زبیر ثقہ اور حجت ہیں، حضرت عائشہ کی حدیث کے سب سے بڑے عالموں میں سے تھے اور مضبوط فقیہ

تھے۔

اسی طرح امام ذہبی فرماتے ہیں:

الإمام، الفقيه، أحد الفقهاء السبعة بالمدينة، وكان بحراً في العلم، ثقةً حجةً كثير الحديث<sup>46</sup>  
وہ امام، فقیہ، مدینہ کے فقہائے سبعہ میں سے اور علم میں سمندر کی مانند تھے، ثقہ و حجت اور کثیر الروایہ تھے۔  
مزید برآں ابن حجر عسقلانی نے خلاصہ کرتے ہوئے لکھا:

ثقة فقيه، مشهور، من كبار التابعين، اتفق الأئمة على الاحتجاج به<sup>47</sup>

یعنی وہ ثقہ، فقیہ اور مشہور تابعی ہیں اور ائمہ کا ان کی روایت پر اتفاق ہے۔ مجموعی طور پر عروہ بن زبیر جمہور محدثین کے نزدیک ثقہ، ثبت اور حجت ہیں اور ان کی روایات کو بالاتفاق قبول کیا جاتا ہے۔

### 3 حضرت سیدتنا ام المومنین عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا:

حضرت سیدتنا عائشہ بنت ابی بکر ام المومنین، زوجہ رسول اللہ ﷺ اور فقہ و حدیث کی عظیم المرتبت صحابیہ ہیں۔ آپ سیدنا ابو بکر الصدیق کی صاحبزادی تھیں اور کم سنی میں نکاح کے بعد آنغوش نبوت میں پرورش پائی۔ آپ کو قرآن، سنت، فقہ، طب اور عربی ادب میں غیر معمولی مہارت حاصل تھی۔ آپ سے تقریباً 2210 احادیث مروی ہیں، اور آپ کا شمار کثیر الروایہ صحابہ میں ہوتا ہے۔

ائمہ حدیث نے آپ کے علمی مقام کو نہایت بلند قرار دیا ہے۔ امام ذہبی لکھتے ہیں:

الإمامة، الفقيهية، حبيبة رسول الله ﷺ، وأعلم نساء الأمة على الإطلاق<sup>48</sup>

آپ امامہ، فقیہہ، رسول اللہ ﷺ کی محبوبہ زوجہ اور امت کی سب سے زیادہ علم رکھنے والی خاتون تھیں۔  
اسی طرح ابن حجر عسقلانی فرماتے ہیں:

كانت من أفقه الناس وأعلمهم، وكان كبار الصحابة يرجعون إلى قولها<sup>49</sup>

آپ لوگوں میں سب سے زیادہ فقیہ اور عالم تھیں، اور بڑے صحابہ بھی مسائل میں آپ کی طرف رجوع کرتے تھے۔  
آپ کی وفات 58ھ میں مدینہ منورہ میں ہوئی اور جنت البقیع میں تدفین ہوئی۔ مجموعی طور پر حضرت سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا علم، فقہ اور روایت حدیث میں امت کے لیے مرجع و ماخذ کی حیثیت رکھتی ہیں۔ آپ کے فضائل و مناقب میں بے شمار احادیث مبارکہ موجود ہیں، اور ان کی روایات صحیحین سمیت تمام کتب حدیث میں بکثرت موجود ہیں۔  
حکم حدیث:

یہ حدیث اپنی سند کے اعتبار سے "صحیح" ہے، کیونکہ اس کے تمام راوی ثقہ، ثبت اور بلند پایہ ائمہ ہیں اور اس کی سند مکمل طور پر متصل ہے۔ اس سند میں امام الحمیدی، سفیان بن عیینہ اور ہشام بن عروہ جیسے جلیل القدر محدثین شامل ہیں، جبکہ اس کی آخری راوی ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا ہیں۔ یہ روایت اپنی صحت اور متصل سند کی وجہ سے جامع ترمذی حدیث نمبر 1843 اور سنن ابی داؤد حدیث نمبر 3835 میں بھی موجود ہے۔

### سیرت کا پہلو:

یہ حدیث مبارکہ طب نبوی کے ایک انتہائی اہم، حکیمانہ اور سائنسی اصول تغذیہ کو واضح کرتی ہے، جس میں رسول اللہ

ﷺ کی غذائی عادات اور نفاستِ طبع کا خوبصورت پہلو سامنے آتا ہے۔ سیرتِ طیبہ اور نبوی اصولِ صحت کے مطابق، آپ ﷺ مختلف اشیاء کی تاثیر اور مزاج کو مد نظر رکھ کر غذا تناول فرمایا کرتے تھے۔ اس روایت میں کائنات کے سب سے بڑے طبیب ﷺ کا پکی ہوئی تازہ کھجور (رطب) اور تربوز (بطیخ) کو ایک ساتھ ملا کر کھانا اسی حکمت کا مظہر ہے۔ دیگر روایات میں اس عمل کی وجہ خود آپ ﷺ کے اس فرمان سے واضح ہوتی ہے کہ "ہم کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک سے، اور تربوز کی ٹھنڈک کو کھجور کی گرمی سے توڑتے ہیں"۔ کھجور اپنی تاثیر میں گرم اور خشک ہوتی ہے، جبکہ تربوز ٹھنڈا اور تر ہوتا ہے؛ آپ ﷺ ان دونوں کو یکجا فرما کر ایک متوازن (Moderate) غذا تیار فرماتے تھے تاکہ جسم میں گرمی یا سردی کا اعتدال برقرار رہے اور معدے پر کسی قسم کا بوجھ نہ پڑے۔ جدید طبی سائنس بھی اس نبوی طریقہ کار کی تائید کرتی ہے کہ مختلف تاثیر رکھنے والی قدرتی اشیاء کو ملا کر کھانے سے ان کے مضر اثرات زائل ہو جاتے ہیں اور جسم کو بھرپور توانائی ملتی ہے۔ یہ روایت امت کو یہ فکری شعور دیتی ہے کہ کھانا صرف پیٹ بھرنے کے لیے نہیں، بلکہ جسمانی صحت، اعتدال اور طبی اصولوں کے مطابق کھانا چاہیے، اور یہی عاداتِ طعام اسوۂ حسنہ کا حصہ ہیں۔

### عجوة کھجور جنتی پھل اور زہر کی شفا

82 - حَدَّثَنَا الْحَمِيدِيُّ، ثنا سُفْيَانُ، ثنا الْأَعْمَشُ، عَنْ شَمْرِ بْنِ عَطِيَّةَ، عَنْ شَهْرِ بْنِ حَوْشَبٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكُفَاةُ مِنَ الْمَرِّ وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ، وَالْعَجْوَةُ تَزَلُّ بِغَلْهَا مِنَ الْحَبَّةِ وَفِيهَا شِفَاءٌ مِنَ السُّمِّ<sup>50</sup>

حضرت شہر بن حوشب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ کماۃ اللہ تعالیٰ کی عنایت سے نازل ہوئی اور اس کا پانی آنکھ کی بیماریوں کے لیے شفاء ہے، اور عجوة کھجور جنت سے آئی ہے اور اس میں زہر کے لیے بھی شفاء موجود ہے۔

### سند کی تحقیق:

درج ذیل روایت کے علاوہ راویان حدیث کا تفصیلی تذکرہ گزر چکا ہے۔ تمام راوی ثقہ اور صدوق ہیں۔

### شمر بن عطیہ:

شمر بن عطیہ الاسدی الکوفی ایک ثقہ (قابل اعتماد) تابعی راوی ہیں۔ ان کا تعلق کوفہ سے تھا اور انہوں نے مغیرہ بن شعبہ اور جابر بن عبد اللہ جیسے صحابہ سے روایات لی ہیں۔ امام ابن حجر عسقلانی نے "تقریب التذیب" میں ان کے متعلق لکھا ہے:

بِشْمْرِ بْنِ عَطِيَّةَ، ثِقَّةٌ<sup>51</sup>

شمر بن عطیہ ثقہ راوی ہیں۔

آپ کی روایات صحیح بخاری اور صحیح مسلم سمیت کتبِ ستہ میں موجود ہیں، جو آپ کی عدالت اور پختگی پر مہر تصدیق

ہے۔

### شہر بن حوشب:

شہر بن حوشب الاشعری ایک مشہور تابعی راوی ہیں، تاہم ان کی ثقاہت کے حوالے سے محدثین کے ہاں علمی اختلاف

پایا جاتا ہے۔ امام ابن حجر نے انہیں

"صَدُوقٌ كَثِيرٌ الْإِسْمَالِ وَالْأَوْهَامِ" 52

سچے ہیں مگر بہت زیادہ مرسل روایات بیان کرتے ہیں اور وہم کا شکار ہو جاتے ہیں۔

قرار دیا ہے۔ اگرچہ بعض ائمہ نے ان پر جرح کی ہے، لیکن امام ترمذی اور دیگر محدثین نے ان کی روایات کو متابعات و

شواہد کی بنا پر "حسن" قرار دیا ہے۔

**حکم حدیث:**

شرعی اور فنی اعتبار سے یہ حدیث "صحیح" ہے، کیونکہ اس کے تمام اجزاء دیگر صحیح سندوں سے ثابت ہیں۔ اگرچہ مسند الحمیدی کی اس خاص سند میں شہر بن حوشب کی موجودگی کی وجہ سے اسے "حسن" کہا جاسکتا ہے، لیکن چونکہ کماؤ (کھمبی) کی فضیلت صحیح بخاری: 4478 اور صحیح مسلم: 2049 میں حضرت سعید بن زید رضی اللہ عنہ سے مروی ہے، اور عجوہ کھجور کا جنت سے ہونا جامع ترمذی: 2066 میں حسن سند کے ساتھ مذکور ہے، اس لیے یہ روایت "صحیح لغیرہ" کے درجے پر فائز ہے۔ مجموعی طور پر یہ متن حدیث امت کے ہاں مقبول اور ثابت شدہ ہے، جو نبوی طب اور اللہ کی نعمتوں کے فوائد پر روشنی ڈالتا ہے۔

**سیرت کا پہلو اور طبی فوائد:**

یہ حدیث مبارکہ طب نبوی کے دو عظیم الشان تحفوں، یعنی کھمبی (کماؤ) اور عجوہ کھجور کی مادی و روحانی برکات کو واضح کرتی ہے۔ سیرت طیبہ اور نبوی اصولِ صحت کے پہلو سے معلوم ہوتا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے اپنی امت کو ایسی قدرتی اشیاء کے خواص سے روشناس کروایا جو نہ صرف بہترین غذا ہیں بلکہ لاجوان دوا بھی ہیں۔ حدیث کے پہلے حصے میں کھمبی کو "مَن" (بنی اسرائیل پر اترنے والے معجزاتی رزق) کا حصہ قرار دیا گیا ہے کیونکہ یہ بغیر کسی انسانی محنت اور کاشت کاری کے، خالص ربانی قدرت سے پیدا ہوتی ہے، اور آپ ﷺ نے فرمایا کہ اس کا پانی آنکھوں کی بیماریوں اور سوزش کے لیے بہترین شفا ہے۔ حدیث کے دوسرے حصے میں مدینہ منورہ کی مشہور "عجوہ کھجور" کا تذکرہ ہے، جس کی جڑ اور اصل کو آپ ﷺ نے جنت کی برکات سے جوڑا ہے۔ آپ ﷺ نے واضح فرمایا کہ عجوہ کھجور میں زہر کے اثرات کو زائل کرنے کی شفائیہ طاقت موجود ہے، جیسا کہ دیگر روایات میں آتا ہے کہ جو شخص صبح کے وقت سات عجوہ کھجوریں کھالے، اسے اس دن زہر اور جادو نقصان نہیں پہنچا سکتے۔ جدید سائنسی تحقیقات بھی اس نبوی فرمان کی تصدیق کرتی ہیں کہ عجوہ کھجور اینٹی آکسائیڈنٹس (Antioxidants) سے بھرپور ہوتی ہے اور یہ جگر کو زہریلے مواد (Toxins) کے مضر اثرات سے محفوظ رکھتی ہے۔ یہ روایت امت کو یہ فکری شعور دیتی ہے کہ نبوی تعلیمات کے مطابق قدرتی غذاؤں کا استعمال انسان کو بہت سی موذی بیماریوں اور ناگہانی نقصانات سے بچانے کا ایک بہترین اور مجرب ذریعہ ہے۔

**خلاصہ تحقیق:**

اب تک پیش کی جانے والی احادیث مبارکہ کے عمیق مطالعے سے یہ مستحکم حقیقت سامنے آتی ہے کہ رسول اللہ ﷺ کی حیات طیبہ عاجزی، قناعت، تدرر اور کمالِ اعتدال کا ایک جامع ترین عملی نمونہ ہے۔ سیرت نبوی کے پہلو سے دیکھا جائے تو آپ ﷺ نے کھانے پینے کے معاملات میں کبھی کوئی شاہانہ تکلف نہیں اپنایا؛ دسترخوان پر بکری کا گوشت ہو، کدو کی سبزی ہو،

سفر کا سادہ ستو ہو یا صرف کھجوریں، آپ ﷺ نے ہر حال میں خالق کائنات کا شکر ادا کرتے ہوئے انہیں انتہائی رغبت اور عاجزی (اکڑوں بیٹھے کی حالت) میں تناول فرمایا۔ آپ ﷺ کی شفقتِ امت کا یہ اعلیٰ معیار تھا کہ آپ ﷺ نے اپنی ذاتی نفاسِ طبع یا طبعی ناپسندیدگی (جیسے خون آلود خرگوش) کو کبھی امت پر جبراً مسلط نہیں فرمایا، بلکہ صحابہ کرام کو اس کے کھانے کی اجازت دے کر شریعت میں آسانی اور اباحت کا راستہ واضح کیا۔ فقہی اور طبی اعتبار سے ان روایات میں متوازن اصولِ تغذیہ (Dietary Balance) کا ایک عظیم الشان نظام چھپا ہوا ہے؛ آپ ﷺ نے جہاں نفاس اور زود ہضمی کی بنیاد پر بکری کے نشانے کے گوشت کو ترجیح دی اور گدھے جیسے نجس جانور کو حرام قرار دے کر گھوڑے کی حلیت واضح کی، وہاں دو مختلف تاثیر رکھنے والی غذاؤں (جیسے کھجور کی گرمی اور تربوز کی ٹھنڈک) کو ملا کر کھانے کا اصول دیا تاکہ جسم میں اعتدال قائم رہے اور معدہ امراض سے محفوظ رہے۔ مزید برآں، طبِ نبوی کے تحت آپ ﷺ نے امت کو کائنات کی قدرتی نباتیات میں چھپے معجزاتی شفاویہ خواص سے روشناس کروایا، جن کی تصدیق آج کی جدید سائنس بھی کر رہی ہے؛ جیسے کلوئچی کو انسانی مدافعت (Immune System) کی مضبوطی کے لیے موت کے سواہر مرض کی شفا قرار دینا، بغیر کاشت کے اگنے والی کھمبی کے پانی کو امراضِ چشم کے لیے تریاق بنانا، اور مدینہ کی عجوبہ کھجور کو زہر اور جگر کے سموم (Toxins) کے خلاف ایک بہترین اینٹی آکسیدنٹ کے طور پر پیش کرنا۔ اس پورے تحقیقی مطالعے کا سب سے خوبصورت پہلو صحابہ کرام کا وہ جذبہ عشق ہے جس کے تحت وہ رسول اللہ ﷺ کی صرف شرعی ہدایات ہی نہیں، بلکہ آپ ﷺ کی طبعی پسند (جیسے حضرت انس کا کدو سے محبت کرنا) اور عاداتِ زندگی کو بھی اپنے لیے حتمی دلیل اور اسوہ مانتے تھے، جو یہ ثابت کرتا ہے کہ اسلام میں حلال و طیب غذا کا انتخاب، جسمانی صحت کا تحفظ اور اللہ کی بندگی سب ایک ہی لڑی میں پروئے ہوئے ہیں۔

#### سفارشات:

- 1- غذا میں ہمیشہ سادگی اور قناعت اختیار کی جائے، اور دستر خوان پر تکلفات اور اسراف سے بچتے ہوئے دستیاب اور حلال غذا پر خوشی سے شکر ادا کرنا چاہیے۔
- 2- کھانا کھاتے وقت متکبرانہ انداز یا ٹیک لگا کر بیٹھنے کے بجائے تواضع، عاجزی اور انکساری کی حالت میں بیٹھنے کو معمول بنانا چاہیے۔
- 3- اپنی ذاتی ناپسندیدگی کو کبھی دوسروں پر مسلط نہیں کرنا چاہیے؛ اگر کوئی حلال غذا طبعی کراہت کی وجہ سے خود نہ کھائی جائے، تو اسے دوسروں کے لیے عیب نہیں بنانا چاہیے۔
- 4- طبیعت میں نفاس اور طہارت کا خاص اہتمام کرنا چاہیے، جس کے تحت خوراک کی تیاری، صفائی اور انتخاب میں پاکیزگی کو اولویت دینی چاہیے۔
- 5- گوشت کے انتخاب میں صحت بخش اعضاء کو ترجیح دی جائے، جیسے بکری کا شانہ جو چربی سے پاک، ہلکا اور زود ہضم ہوتا ہے۔
- 6- غذا کی تاثیر میں اعتدال اور توازن قائم کرنے کے لیے گرم اور سرد تاثیر رکھنے والی اشیاء (جیسے کھجور اور تربوز) کو ملا کر کھانا چاہیے تاکہ جسمانی مزاج معتدل رہے۔
- 7- طبیعت میں شکوک و وسوسوں کے بجائے شریعت کی دی ہوئی اباحت، سہولت اور آسانی پر بھروسہ کرنا چاہیے۔

- 8- جسمانی مدافعت (امیون سسٹم) کو مضبوط رکھنے کے لیے کلونجی کے چند دانے روزانہ اپنی خوراک کا حصہ بنانے چاہئیں۔
- 9- مصنوعی اور پروسیس شدہ غذاؤں کے مقابلے میں زمین سے اگنے والی قدرتی اشیاء (جیسے کدو اور کھمبی وغیرہ) کا استعمال زیادہ کرنا چاہیے۔
- 10- زہریلے مواد سے بچاؤ اور جگر کے تحفظ کے لیے مدینہ منورہ کی عجوہ کھجور کو (خصوصاً صبح کے وقت) باقاعدگی سے استعمال کرنا چاہیے۔
- 11- کھانے کو صرف نفس کی لذت نہیں، بلکہ اللہ کی بندگی اور فرائض کی ادائیگی کے لیے جسمانی توانائی حاصل کرنے کا ذریعہ سمجھنا چاہیے۔
- 12- نعمتوں کے استعمال اور کھانے سے فراغت کے فوراً بعد بغیر کسی سستی کے فرائض الہی کے لیے مستعد اور تیار رہنا چاہیے۔
- 13- دین میں طہارت اور وضو کے معاملات میں جو آسانیاں اور رخصتیں دی گئی ہیں، ان سے فائدہ اٹھانا چاہیے اور خود پر سختی نہیں کرنی چاہیے۔
- 14- صحابہ کرام کی طرح رسول اللہ ﷺ کی صرف واجبات میں ہی نہیں، بلکہ آپ ﷺ کی روزمرہ کی طبعی پسند (جیسے سبزیوں میں کدو کی پسندیدگی) میں بھی اتباع کی کوشش کرنی چاہیے۔
- 15- امراض کے علاج اور بچاؤ کے لیے طبِ نبوی کے زریں اصولوں کو جدید طبی ابحاث کی روشنی میں سمجھ کر اپنی زندگیوں پر لاگو کرنا چاہیے۔



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

### حواشی و حوالہ جات

- <sup>1</sup> عبد اللہ بن زبیر حمیدی، مسند حمیدی، 145/2، رقم: 922۔
- <sup>2</sup> شمس الدین ذہبی، سیر اعلام النبلاء، (بیروت: مؤسسة الرسالة، 1985ء)، 8/457۔
- <sup>3</sup> ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، (ریاض: دار العاصمہ، 1996ء)، 245۔
- <sup>4</sup> یحییٰ بن معین، تاریخ ابن معین، روایت: عبد اللہ بن أحمد بن حنبل (الدوری)، تحقیق: أحمد نور سیف، (مرکز الملک فیصل للبحوث-الریاض)، 2/587۔
- <sup>5</sup> ذہبی، سیر اعلام النبلاء، ج 5/326۔
- <sup>6</sup> ابن حجر عسقلانی، تہذیب التہذیب، (حیدرآباد دکن: دائرة المعارف النظامية، 1326ھ)، 9/445۔

- 7 ابن سعد، الطبقات الکبریٰ، (بیروت: دار صادر، 1968ء)، 5/312۔
- 8 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 402۔
- 9 محمد بن اسماعیل بخاری، صحیح البخاری، (دار طوق النجاة، بیروت: 1422ھ)، کتاب الوضوء، رقم: 143۔
- 10 شمس الدین الذہبی، سیر أعلام النبلاء، 2/79۔
- 11 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 291۔
- 12 مزنی، تہذیب الکمال، (بیروت: مؤسسة الرسالة، 1980ء)، 25/634۔
- 13 ابن حجر، تقریب التہذیب، 174۔
- 14 احمد بن عبد اللہ عجل، معرفۃ الثقات، تحقیق: عبد العظیم البستوی، (المدينة المنورة، مكتبة الدار، 1405ھ)، 2/306۔
- 15 حمیدی، مسند حمیدی، 2/337، رقم: 1291۔
- 16 ابن حجر، تقریب التہذیب، 1/421۔
- 17 ذہبی، سیر أعلام النبلاء، 5/301۔
- 18 ذہبی، سیر أعلام النبلاء، 3/189۔
- 19 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 142۔
- 20 حمیدی، مسند حمیدی، 2/28، رقم: 1291۔
- 21 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 118۔
- 22 ذہبی، سیر أعلام النبلاء، 6/15۔
- 23 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 330۔
- 24 ابن سعد، الطبقات الکبریٰ، 7/184۔
- 25 مزنی، تہذیب الکمال، 9/447۔
- 26 حمیدی، مسند حمیدی، 2/315، رقم: 1247۔
- 27 ذہبی، سیر أعلام النبلاء، 8/56۔
- 28 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 516۔
- 29 نفس مصدر، 2/445۔
- 30 ذہبی، سیر أعلام النبلاء، 3/395۔
- 31 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 114۔
- 32 حمیدی، مسند حمیدی، 1/404، رقم: 441۔
- 33 ابن حجر عسقلانی، تقریب التہذیب، 591۔

- 34 نفس مصدر، 124-  
35 ابن حجر عسقلاني، تقريب التهذيب، 259-  
36 حميدي، مسند حميدي، 2/263، رقم: 1138-  
37 حميدي، مسند حميدي، 1/195، رقم: 81-  
38 ابن حجر عسقلاني، تقريب التهذيب، 364-  
39 ابن حجر عسقلاني، تقريب التهذيب، 421-  
40 حميدي، مسند حميدي، 2/318، رقم: 1255-  
41 ابن حجر عسقلاني، تقريب التهذيب، 533-  
42 حميدي، مسند حميدي، 1/286، رقم: 257-  
43 ابن حجر عسقلاني، تقريب التهذيب، 573-  
44 ذهبي، سير أعلام النبلاء، 6/35-  
45 ابن معين، تاريخ ابن معين، 2/640-  
46 ذهبي، سير أعلام النبلاء، 4/421-  
47 ذهبي، تقريب التهذيب، رقم: 4589-  
48 ذهبي، سير أعلام النبلاء، 2/135-  
49 ابن حجر عسقلاني، الإصابة في تمييز الصحابة، 4/359-  
50 حميدي، مسند حميدي، 1/195، رقم: 82-  
51 امام ابن حجر، تقريب التهذيب، 276 -  
52 نفس مصدر، 269 -